

NAVIE

AUDREY
LAINÉ

duplo eu



NEMO

que sentimento infernal esse de ter a impressão de nunca ser boa o suficiente. Está constantemente nas nossas cabeças, como um diabinho que nos sussurra: "Você é uma merda". Mas isso não nos impede de sorrir. Nem de fingir que está tudo bem. Manter as aparências é muito cansativo. Senti a necessidade de escrever este livro para mostrar a face oculta de um aparente bem-estar. Parece que a gente tem que se amar. Parece que somos nosso próprio inimigo. Parece que a gente tem que se cuidar, e que a bondade começa pelo olhar que lançamos a nós mesmos. Parece que precisamos comer cinco frutas e legumes por dia. Parece que é preciso ouvir o próprio corpo. Parece que o olhar dos outros não é importante, que precisamos nos libertar disso. Parece que não podemos ficar ao sabor do vento. Parece que precisamos perdoar. Parece que é preciso se exercitar. Parece que é preciso se dar prazer. Parece que a vida é bela. Parece também que ela é dura. Parece que tudo em excesso faz mal, e que fumar mata. Parece que a gente está bem quando nasce e que todo o resto é um monte de besteira que a sociedade tenta nos impor. Parece que a gente faz o que pode. Parece que é a beleza interior que conta. Parece que vai dar certo... Parece. Parece. Parece. Mas não é.

*A violência de um estalo
traz um gosto amargo à boca.*

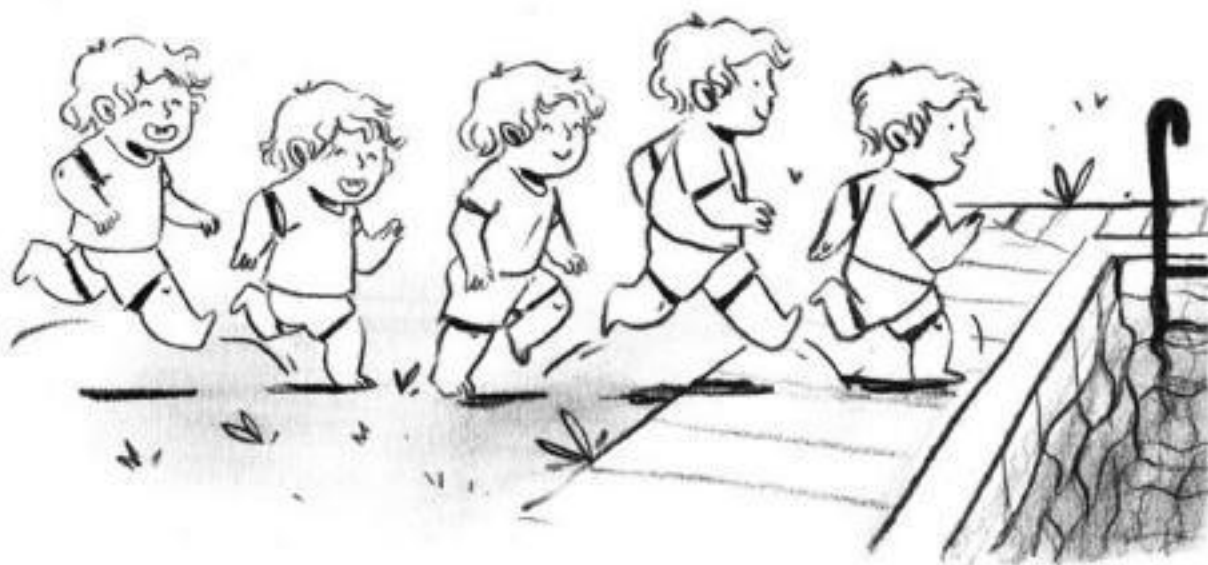
*Mas nos abre para o que
finhamos perdido de vista:*

a esperança.

Julho de 2014



O Lucien corria rápido...



Muito rápido.





Eu corria atrás dele.

Ele achava que era uma brincadeira.



Ele não via que, ao mesmo tempo...




...eu lutava.



Naquele dia eu entendi
que pelo bem dele,
pelo nosso bem...





...eu precisava
matá-lo.

Mas como se matar
sem morrer?

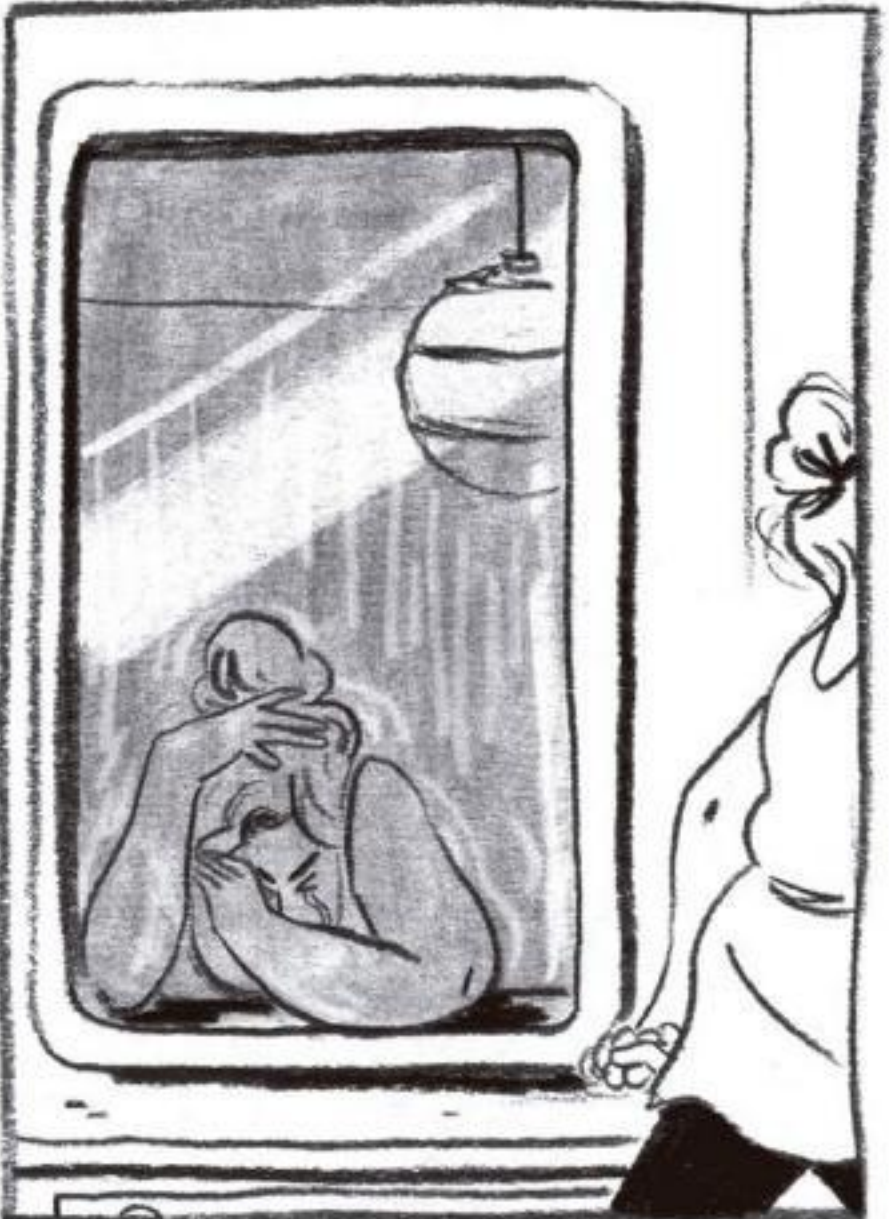




MENTIR







MENTIR

TODA
HORA

mentir

MENTIR

come-se

MENTIR

RESPIRA

MENTIR

COMO SE

MENTIR

COME



So querer UMA
COISA

→ PARA
PARAR
DE
MENTIR

MORRER

*image
not
available*

GORDA

Por que a palavra "gorda" é pejorativa?
A gente quebra a cabeça pra encontrar mil
formas de não dizê-la.

E ainda assim ela é a
única que parece sincera.

Gorda

GORDA

GORDA

FOFINHA

FOFINHA

GORDELÍCIA

**CHEIA
DE
CURVAS**

OBESA

CARNUDO

CHEIA DE CURVAS

**PLUS
SIZE**



**ACIMA
DO PESO**

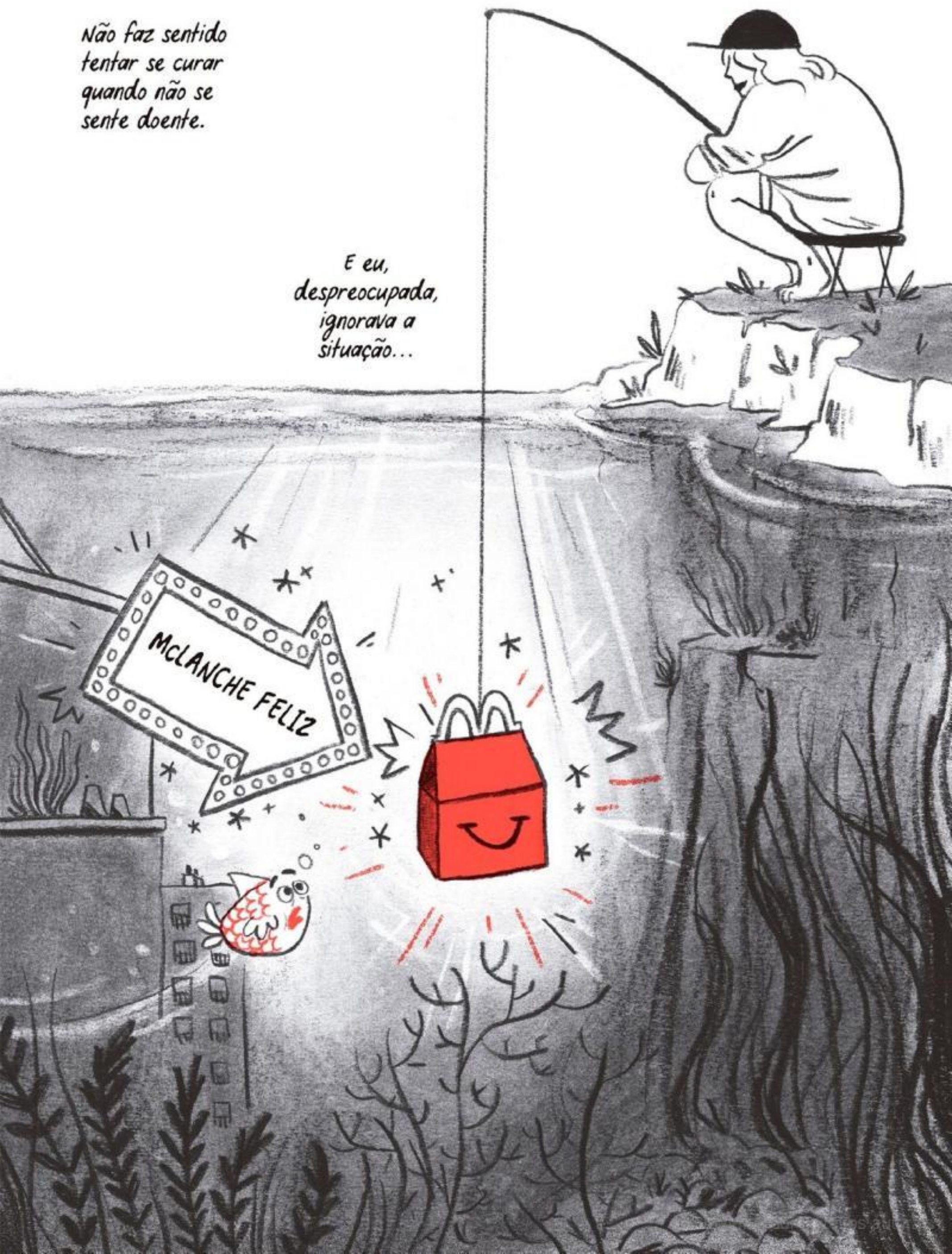
*image
not
available*



*image
not
available*

*Não faz sentido
tentar se curar
quando não se
sente doente.*

*E eu,
despreocupada,
ignorava a
situação...*



*image
not
available*

Minha vida era só fachada. No IMC da mentira,
eu estava em "mitomania mórbida".

Se o diabo existisse.

Se ele estivesse
bem aqui.

Se oferecesse
me deixar
magra...

Em troca de
que eu aceitaria?

Da traição de um amigo,
da minha alma, de dores
excruciantes por uma hora,
da minha fertilidade, do
meu marido...?

Tudo isso e muito mais...

*image
not
available*



A partir do dia em que a nutricionista-psicóloga-salvadora da pátria nº 208 falou do meu "duplo", ele apareceu.



Eu não estava mais sozinha naquele inferno.

*image
not
available*



Meu duplo, meu melhor amigo...

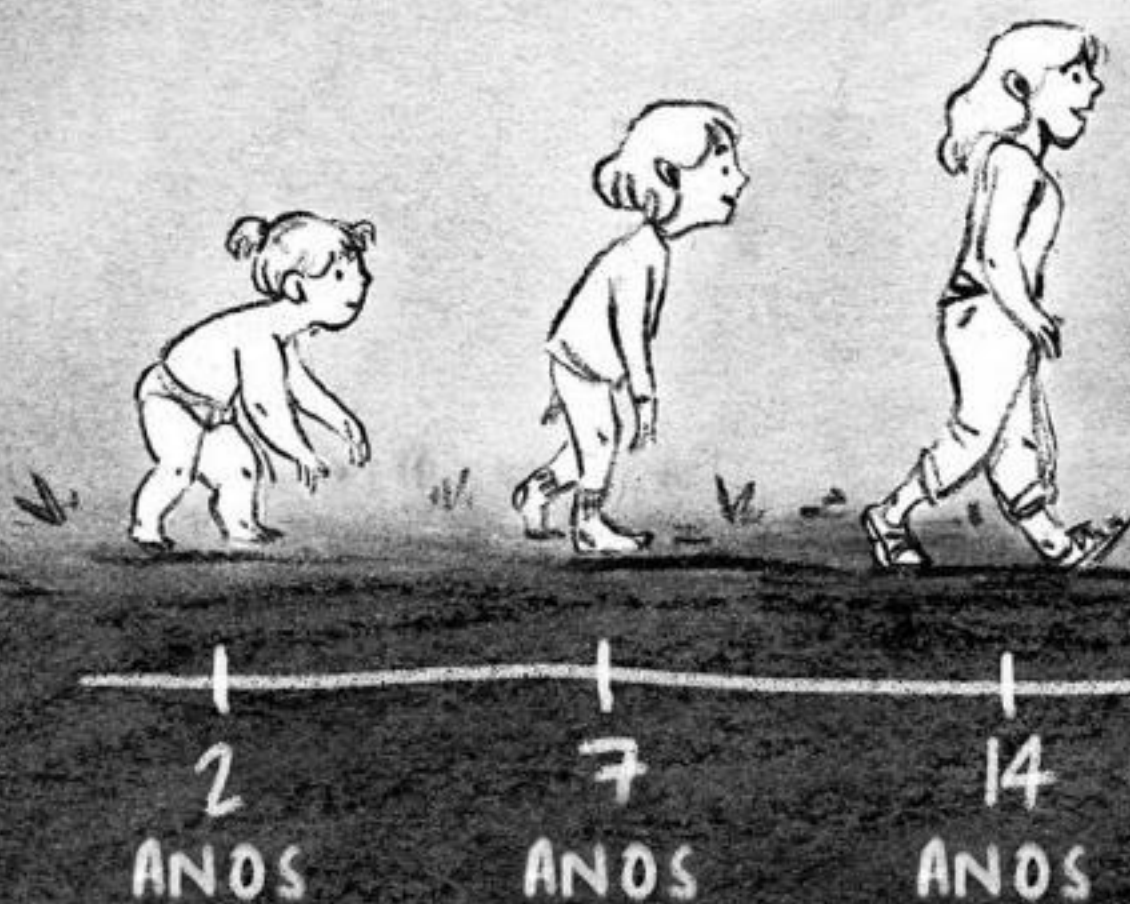


*image
not
available*

*image
not
available*

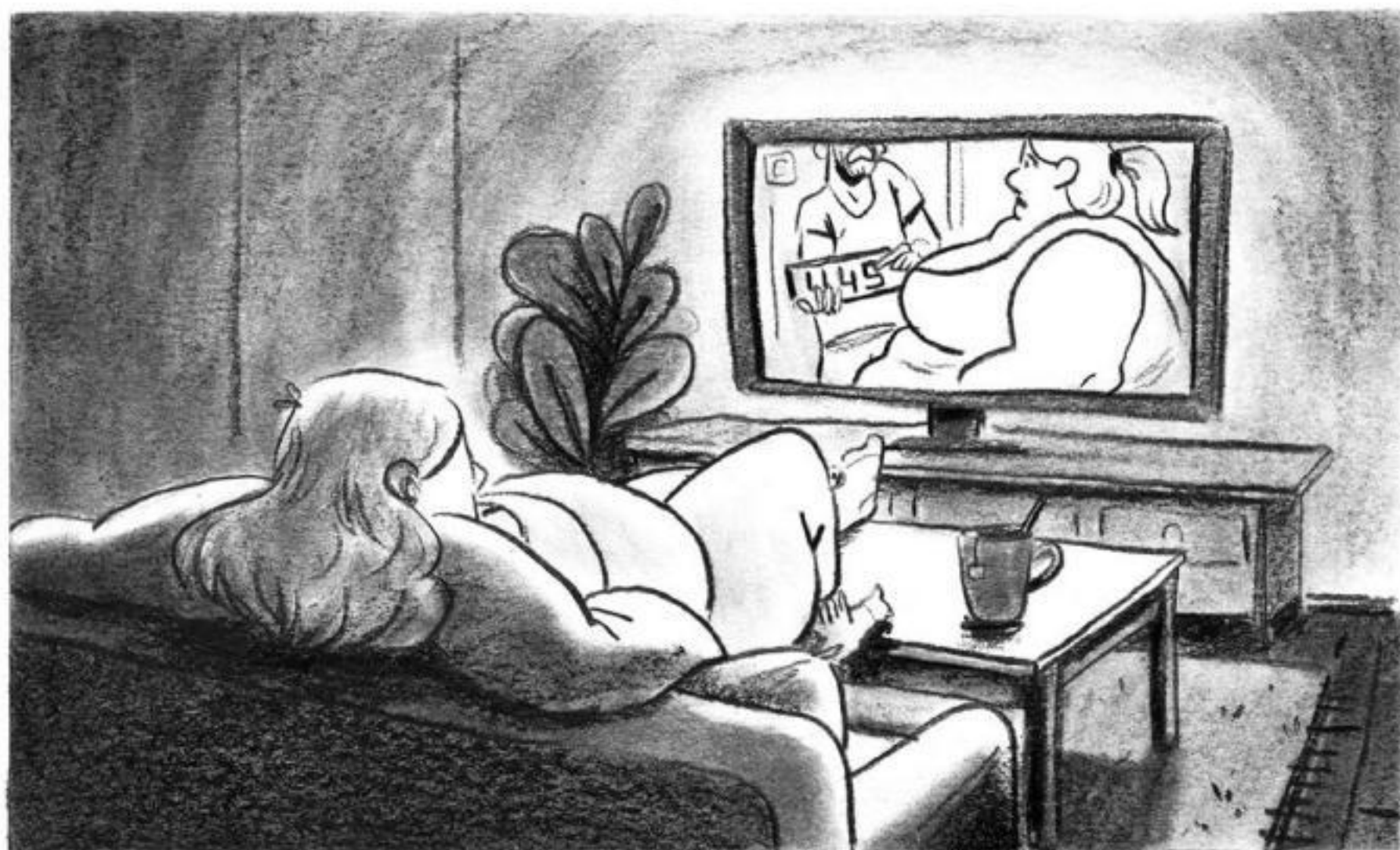
Tem alguma diferença entre quem já nasceu gordo e os outros?

Eu nasci pequena. 2,7 kg. Só tinha um caso de obesidade na minha família, e alguns de sobrepeso. Minha mãe ficava de olho em mim.



*image
not
available*

ATIVIDADE FÍSICA



*image
not
available*



*Para alcançar um objetivo,
é preciso deixá-lo divertido.
Fazer academia estava fora
de questão para mim, mas
eu adoro parafernália.
Então, comprei um monte.*

*image
not
available*

Eu precisava me superar, fazer mais, ousar.
Então me matriculei numa academia. Não
tinha NENHUM espelho pra gente se ver
enquanto malhava. Perfeito para aqueles
que, como eu, fugia deles. Tinha medo de
machucar meus joelhos, então escolhi um
elíptico. Em modo iniciante, qualquer um
pode fazer quinze minutos nesse aparelho...



Aguentei sete minutos. Sete minutos durante
os quais achei que fosse morrer.

*image
not
available*



O OLHAR DOS OUTROS

Quando você passa quinze anos dizendo que vai fazer um regime, então perde 10 kg em um mês, mas ganha o dobro seis meses depois...



...as pessoas próximas a você, ainda que bem-intencionadas, têm sempre a mesma reação:

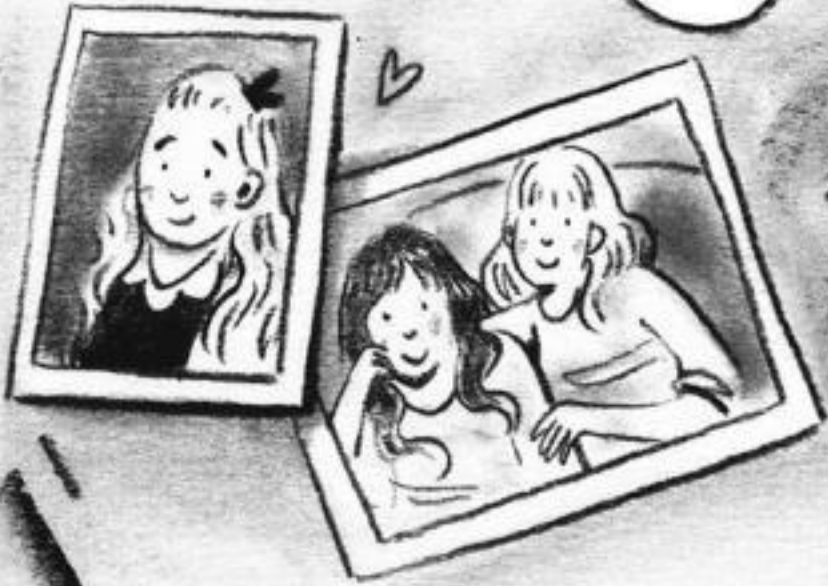


*image
not
available*

Minha irmã mais nova tem quatro anos e meio a menos que eu e já nasceu com um poder mágico.

Ela é conectada com o próprio corpo, e, desde sempre, ele é seu melhor amigo (depois de mim).

Pum.



Ela come quando sente fome e para quando não sente mais fome.

Ela sabe instintivamente quando precisa ingerir feculentos, ou se teve uma baixa de ferro ou de carboidratos.



Ela é um puta gênio.

*image
not
available*



*image
not
available*

*A vida não é uma
trilha. É uma floresta
densa que às vezes
dá medo enquanto
a atravessamos.*

*Passamos por todo
tipo de gente: assustadoras,
acolhedoras, amigáveis,
temerosas.*

*Vamos tateando
com nossas forças,
nossas fraquezas,
nossos demônios
e nossos instintos.*

